

Marzo 2026 EH\$ 6-11m Menu de Desayuno y Merienda



EDMONDS COLLEGE
HEAD START AND
EARLY HEAD START



Marzo es el mes Nacional de



Celebre desarrollando nuevos
objetivos de nutrición familiar
este mes. Tú podrías:

¡Pruebe una
nueva verdura
cada semana!



¡Bebe más
agua en lugar
de bebidas!



¡Evita los pasillos
de las merien-
das, los dulces y
los refrescos!



¡Servir cenas
con los 5
grupos de ali-
mentos!

¡Desarrolla un
menú semanal
y cocina en
casa!

¡Deje que su hijo
le ayude a pre-
parar bocadillos
nutritivos!

Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
3 Queso en cubitos Cheerios Duraznos ----- WGR Galletas de Goldfish Peras	4 Requesón Piña ----- Chex Cereal Mandarinas	5 Yogur Platanos ----- Galletas y Queso en cubitos Puré de Manzana	6 Yogurt Peras ----- Galletas y Queso en cubitos Peaches
10 Yogur Mandarinas ----- Cheerios Peras	11 Requesón Duraznos ----- Galletas y Queso Platanos	12 Yogur Peras ----- Chex Cereal Puré de Manzana	13 Huevo Cocido WGR Muffin de arándano Duraznos ----- WGR pan de plátano Mandarinas
17 Queso en cubitos Chex Cereal Mandarinas ----- Galletas y Queso en cubitos Duraznos	18 Requesón Peras ----- WGR Galleta de Goldfish Mandarinas	19 Yogur Puré de Manzana ----- WGR Muffin de arándano Piña	20 Queso en cubitos WGR pan de platano Mandarinas ----- Cheerios Duraznos
24 Huevo cocido Cheerios Peras ----- WGR Galletas de Goldfish Puré de Manzana	25 Requesón Mandarinas ----- WGR Pan de platano Peras	26 Yogur Duraznos ----- Galletas y Queso en cubitos Platano	27 Huevo Cocido Chex Cereal Puré de Manzana ----- WGR Galletas de Goldfish Peras
31 Yogur Duraznos ----- Galletas y Queso en cubitos Mandarinas			

WGR" significa enrique-
cido en grano integro"
y especifica que el
product contiene por lo
menos 50% de granos
integros.

No se usan caca-
huates, productos
de Puerco en la
preparación de
ningún platillo del
menú.

A los bebes de 0-11
mese se lese ofrece
leche maternal,
formula, y cereal
de bebes forificado
con hierro en cada
comida.

A los ninos de 12-23 meses
de edad se les ofrece
leche integra y de los 24
meses en adelante se les
ofece leche 1 % con el
almuerzo y desayuno.

Este institucion es un proveedor de oportunidades iguales